



## Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02-06 қыркүйек 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Саппен жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапта бір-бірлеп жүру. Жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау.</p> <p>Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен кадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Түрлі тапсырма-лармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Ептілік, күш, шапшандық сияқты қасиеттерді дамыту. Қапшықты алысқа лақтыруға жаттықтыру және заттар арасымен доптарды құрсауларды домалатуды үйрету. Балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігін арттыру. Бірлескен жұмыста татулыққа, достыққа баулу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қолды алға, екі жаққа, жоғары</p> | <p><b>Қатармен жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапка тұру, сапка құрылымын өзгертіп қайта тұру. Қатарға бір-бірден сапка тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайта құру, бағдар бойынша түзелу. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Доп лақтыру және допты екі қолмен қағып алу дағдыларын дамыту. Заттар арасымен турабағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған калыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға нілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу.</p> | <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар. Жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балалардың қимыл әрекеттерін ұйымдастырудың түрлі нысандарында қимылдар-ды дұрыс орындау білік-тері мен дағдыларын қалыптастыру; жүру мен жүгіруде, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбие-леу. Кішірейтілген тірек алаңы бойынша тепе-теңдік сақтауға үйрету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған калыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға нілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>көтеру, тұрған калыпта қолдарын аркасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары</b></p> <p>1. Заттар арасымен доптарды құрсауларды домалату.</p> <p>2. Қапшықты алысқа лақтыру.</p> <p><b>Ойын:</b> «эстафеталық» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Жалауша ұстап, бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p> | <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. 8 мдейінгі қашықтықта заттар арасымен турабағыт бойынша төрттағандап еңбектеу.</p> <p>2. Доп лақтыру және допты екі қолмен қағып алу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Асық тасу» ұлттық ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p> | <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Кішірейтілген тірек алаңы бойынша тепе-теңдікті ұстап жүру.</p> <p>2. Кішкентай допты еденге ұру және жоғары лақтыру, оны қағып алу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тенге алу» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 09-13қыркүйек 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Саппен жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапта бір-бірлеп жүру. Жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау.</p> <p>Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен кадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Түрлі тапсырма-лармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Ептілік, күш, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. Қапшықты алысқа лақтыруға жаттықтыру және заттар арасымен доптарды құрсауларды домалатуды үйрету. Балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігін арттыру. Бірлескен жұмыста татулыққа, достыққа баулу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қолды алға, екі жаққа, жоғары</p> | <p><b>Қатармен жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапка тұру, сапка құрылымын өзгертіп қайта тұру. Қатарға бір-бірден сапка тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайта құру, бағдар бойынша түзелу. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Доп лақтыру және допты екі қолмен қағып алу дағдыларын дамыту. Заттар арасымен турабағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді үйрету. Қол, иық, дене бұлшықеттерін дамыту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ</p> | <p><b>Доппен ойын.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға ынталандыру. Допты екі қолымен қағып алуға үйрету. Ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Допты еденге ұру дағдыларын дамыту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Сызықтар арасымен (15 см арақашықтық)</p> |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>көтеру, тұрған калыпта қолдарын аркасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары</b></p> <p>1. Заттар арасымен доптарды құрсауларды домалату.</p> <p>2. Қапшықты алысқа лақтыру.</p> <p><b>Ойын:</b> «эстафеталық» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Жалауша ұстап, бір-бірден бір сапка тізіліп жүру.</p> | <p>ұшына жеткізу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. 8 м дейінгі қашықтықта заттар арасымен турабағыт бойынша төрттағандап еңбектеу.</p> <p>2. Доп лақтыру және допты екі қолмен қағып алу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Асық тасу» ұлттық ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Бір-бірден бір сапка тізіліп жүру.</p> | <p>тепе-теңдікті сақтап жүру.</p> <p>2. Допты екі қолмен қағып алу.</p> <p>2. Допты еденге ұрып алға жылжу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тақия тастамақ» ұлттық ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Бір-бірден бір сапка тізіліп жүру.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 16-20қыркүйек 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Саппен жүру.</b></p> <p><b>Максаты:</b> Саппа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүгiрдi жүгiрумен алмастыру; Балалардың доптармен ойындарын одан әрi жетiлдiру. Жан-жаққа шашырап жүру және жүгiру түрлерiн жетiлдiру. Жылдамдық және ептiлiктерiн дамыту. Допты бiр-бiрiне домалату дағдыларын бекiтiп, 2-3 метрлiк қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секiрудi үйрету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қолды алға, екi жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгiп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екi қол белде, кезекпен екi жаққа бұрылу, екi қолды екi жаққа жiберу. Оңға, солға иiлу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткiзу.</p> | <p><b>Саппен жүру.</b></p> <p><b>Максаты:</b> Сапта бiр-бiрлеп жүру. Жүрудi жүгiрумен, секiрумен, басқа қимылдармен кезектестiру, қол мен аяқ қимылын үйлестiру, бой түзулiгiн дұрыс сақтау.</p> <p>Бiрқалыпты, аяқтың ұшымен тiзенi жоғары көтерiп жүгiру, кiшi және үлкен қадаммен жүгiру, сапта бiр-бiрлеп, түрлi бағытта жүгiру. Түрлi тапсырмалармен жүгiру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшiмен ауыса отырып жүгiру. Жаттығуларды орындау барысында бiр-бiрден тiзбекпен және жан-жаққа шашырап жүгiруге жаттықтыру. Шыдамдылыққа, ептiлiкке баулу. Допты бiр-бiрiне төменнен лақтыру және қағып алуға және тақтай бойымен жүру барысында тепе-теңдiктi сақтап жүруге үйрету.</p> | <p><b>Спорттық ойындар.</b></p> <p><b>Максаты:</b> Балалардың доптармен, құрсаулармен, ойыншықтармен ойындарын жетiлдiру, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындар үшiн атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бiрге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға ынталандыру. Гимнастикалық орындық үстiмен допты жоғары көтерiп тепе-теңдiк сақтауға үйрету. Ойындарға және жаттығуларға оң көзқарасты және оларды қажетсiну дағдысын қалыптастыру. Кiшкентай допты еденге ұру дағдысын қалыптастыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Екi қолды белге қойып екi жаққа иiлу. Отырған және тiзерлеп тұрған күйi доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерiлу; екi аяқты кезекпен алға өкшемен</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру.</li> <li>2. Допты бір-біріне домалату.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Күн мен жанбыр» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Фигура жаса да қатып қал» ойыны.</p> | <p><b>ЖДЖ:</b> Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. (1.5 м қашықтықта).</li> <li>2. Тактай бойымен жүру.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Бір-бірден бір сапка тізіліп жүру. Жалпы балаларды мадақтау.</p> | <p>содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Гимнастикалық орындық үстімен допты жоғары көтеріп жүру.</li> <li>2. Кішкентай допты еденге ұру.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Өз жұбыңды тап» ойыны</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуларын жасау.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



# Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 23-27 қыркүйек 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Шашырап жүгіруге жаттықтыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіруге жаттықтыру. Шыдамдылыққа, ептілікке баулу. Балаларға көшеде ойнауға болатын қимыл-қозғалыс ойындарын ойнату. (Велесипед, самакат тебу. Үш дөңгелекті және екі дөңгелекті велосипед тебу).</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> | <p><b>Қимылды ойындар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөршерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыру.</li> <li>2. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеу</li> </ol> | <p><b>Қимылды ойындар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапка тұру, сапка құрылымын өзгертіп қайта тұру. Қатарға бір-бірден сапка тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайта құру, бағдар бойынша түзелу. Сапта бір-бірлеп жүру. Жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау. Түрлі тапсырмалармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекші-мен ауыса отырып жүгіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрттаған-дап еңбектеуді үйрету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі</p> |



|                                                                                                                                                   |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Велесипед, самакат тебу. Үш дөнгелекті және екі дөнгелекті велосипед тебу. (далада)</p> <p><b>Қорытынды:</b> Бір бірден сапка тізіліп жүру</p> | <p><b>Ойын:</b> «Арқан тартысу» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Бір-бірден бір сапка тізіліп жүру.</p> | <p>қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу.</li> <li>2. Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруды қайталап, бекіту.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам» ойынын ойнау.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 30-қыркүйек 4-қазан 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p><b>Сапқа тұру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапқа тұру, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұру. Қатарға бір-бірден сапқа тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайта құру, бағдар бойынша түзелу. Сапта бір-бірлеп жүру. Жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау.</p> <p>Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен кадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Арқан арқылы секіруге, басқа қап қойып, заттарды аттап өтуге үйрету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату.</p> |  |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі кол белде, екі колды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Басқа қап қойып, заттарды аттап өту, бұрылу.</p> <p>2. Арқан арқылы секіру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Белбеу тартыс» ұлттық ойынын ойнау</p> <p><b>Қорытынды:</b> Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p> |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|



## Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02-04 қазан 2024 жыл

|  | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға үйрету. Тарақты, кол орамалды пайдалана білуді бекіту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған калпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</p> <p>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.<b>Ойын:</b> «Эстафеталық» ойынын ойнау.<b>Қорытынды:</b> «Құстар канат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> | <p><b>Қимылды ойындар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту.</p> <p>Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған калпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Біріңше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.<b>Ойын:</b> «Футбол» ойынын ойнау.<b>Қорытынды:</b> «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> |

### Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 07-11 қазан 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Топпен жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тактай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тактай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту. <b>Ойын:</b> «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау. <b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> | <p><b>Негізгі қимылдар:</b></p> <p><b>Жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шенбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму. <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шенбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. <b>Ойын:</b> «Өз жұбыңды тап» ойынын ойнау. <b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> | <p><b>Жүру, жүгіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шенбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Берілген белгіге көңіл аударуға дағдыландыру. Табан, тізе бұлшықеттерін нығайту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Қол күрес» Ұлттық ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> |



# Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 14-18қазан 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Жүгіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шенбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған калпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1.Допты қақпа арқылы домалату. 2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту. <b>Ойын:</b> «Қол күрес» Ұлттық ойыны.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> | <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қалағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға үйрету. Таракты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған калпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</p> <p>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Эстафеталық» ойынын ойнау. <b>Қорытынды:</b> «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> | <p><b>Қимылды ойындар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту.</p> <p>Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған калпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1.Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. <b>Ойын:</b> «Футбол» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 21-25 қазан 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тактай бойымен жүру, жіптен немесе таяктан аттап өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тактай бойымен жүру, жіптен немесе таяктан аттап өту. <b>Ойын:</b> «Күн мен Жаңбыр» ойынын ойнау. <b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> | <p><b>Негізгі қимылдар:</b></p> <p><b>Жүру. Мақсаты:</b> Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. <b>ЖДЖ:</b> Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму. <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. <b>Ойын:</b> «Арқан тартыс» Ұлттық ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> | <p><b>Шеңбер бойымен жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Берілген белгіге көңіл аударуға дағдыландыру. Табан, тізе бұлшықеттерін нығайту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. <b>Ойын:</b> «Эстафеталық» ойынын ойнау. <b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығу</p> |



**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 28қазан-30қазан 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p><b>Жүгіру, Тепе-теңдікті сақтау, Жүгіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен. <b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою. <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1.Допты қақпа арқылы домалату. 2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту. <b>Ойын:</b> «Аю мен қояндар» ойыны. <b>Қорытынды:</b> «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> | <p><b>Еңбектеу, өрмелеу, Секіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Етіпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арканның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</p> <p>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тышқан мен Мысық» ойынын ойнау. <b>Қорытынды:</b> «Құстар канат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> |  |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 04-08 қараша 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Жүгіру, Тепе-теңдікті сақтау.</b></p> <p><b>Жүгіру.Мақсаты:</b> Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, алымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; қолды екі жаққа созып, басқа қалшық қойып, заттардан аттап өту, түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен.<b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою. <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1.Допты қақпа арқылы домалату.2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Аю мен қояндар» ойыны.</p> | <p><b>Еңбектеу, өрмелеу, Секіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Етіпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанғың үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</p> <p>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Біз көңілді балалар» ойынын ойнау.<b>Қорытынды:</b> «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> | <p><b>Қимылды ойындар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту.</p> <p>Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1.Бірнеше доға астына еңбектеу.</p> <p>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Футбол» ойынын ойнау.</p> |



### Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 11-15 қараша 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> 10 м-ге дейінгі кашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арканның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз</p> | <p><b>Салауатты өмір салтын қалыптастыру .</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру.</p> <p>Тамақтану тәртібін сақтаудың және көгөністер мен жемістердің, дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсінік беру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Отырған калыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.</p> | <p><b>Домалату, лақтыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі қолмен алға лақтыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6–8 см) төменге, кашықтыққа лақтыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың арканның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру.</p> |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>орындау.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бәйімен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Аю мен қояндар» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау.<br/>Тыныс алу жаттығуын жасау</p> | <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» ұлттық ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> | <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «футбол» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

# Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 18-22 қараша 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b></p> <p>Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тактай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу.</p> <p><b>Кұрсаудан еңбектеп өту.</b></p> <p><b>ЖДЖ</b> Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың</p> | <p><b>Домалату, лақтыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Оң және сол қолымен келденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан, допты екі қолмен алға лақтыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа лақтыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың арқаның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> |

|                                                                               |                                                                                                                                                            |                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> | <p>арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.</p> <p><b>Ойын:</b> «кім жылдам» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> | <p><b>Ойын:</b> «Түсті автокөліктер» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|



## Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 25-29 қараша 2024 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тактай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу. 50 сантиметр биіктікте ілінген арканның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арканның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты</p> | <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру.</p> <p>Қимылды ойындар.</p> <p>Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.</p> <p>Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару;</p> <p>Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> | <p><b>Секіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 см) секіру, 20-25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>кезек кетеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1.Допты қақпа арқылы домалату.</p> <p>2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам?» ойыны.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> | <p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</p> <p>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Құрсау мен эстафета» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> | <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1.Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тенге алу» ұлттық ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 02-06 желтоқсан 2024 ж

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Жүру, тепе-теңдікті, сақтау жүгіру:</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Заттардан бір қырымен аттап жүру арқан бойымен бір қырымен, қосалқы кадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) жүру, кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру, жүрумен алмастыра отырып.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жакқа созу, қолды жоғары көтеру және екі жакқа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> | <p><b>Салауатты өмір салтын қалыптастыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық кабырғаға карап тұрып, белінің тұсындағы тактайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық кабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бүгу және тік көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тышқан мен мысық» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> | <p><b>Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1 ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілтипат білдіру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығ</p> |



**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 09-13 желтоқсан 2024 ж

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Еңбектеу, өрмелеу, Секіру, Лақтыру, домалату, қағып алу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> допты басымен итеріп, төрттағаңдап еңбектеу (аракашықтығы 3-4 метр); қос аяқпен заттардың арасымен (аракашықтығы 4 метр), оң және сол аяқты алмастырып, 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты, асықты лақтыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Қасқыр мен қояндар» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Спорттық жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Өз жұбыңды тап» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Құстар канат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> | <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар.</p> <p>Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Аққала» ойынын ойнау.</p> |

### Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 18-21 желтоқсан 2024 ж

| Дүйсенбі | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | <p>Музыкалық-ырғақтық қимылдар</p> <p><b>Мақсаты:</b> Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындау. Қимылдардың ырғағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Түзу бағытта адымдап жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүру</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Допты қақпа арқылы домалату.</li> <li>2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Қыз қуу» ойыны</p> | <p><b>Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілтипат білдіру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Ханталапай» Ұлттық ойыны</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 23-27 желтоқсан 2024 ж

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Секіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшак қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру</p> <p><b>Ойын:</b> «Тышқан мен Мысық» ойыны</p> | <p><b>Шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды шынықтыруды ауа, су шараларымен, серуен кезінде ультракүлгін сәулелердің әсерлерімен жүзеге асыру, 2-3 минут бойы жылы құмның үстінде жалаң аяқ жүргізу, ауа ванналарын күніне бірнеше рет кніну-шешіну кезінде қолдану (ауа ванналарының ұзақтығын 2-3 минуттан, 6-10 минутқа дейін ұзарту).</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Дөпты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тактайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Паравоз» ойынын ойнау</p> | <p><b>Жүру.Мақсаты:</b> Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Еңбектеу кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуге; көтеріңкі (зат үстінде) тіреуде тепе-теңдік сақтау. Берілген белгіге көңіл аудару, қимыл-қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіру. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту</p> <p><b>Ойын:</b> «Арқан тартыс» Ұлттық ойыны</p> |



### Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 30-желтоқсан 2024 ж

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p><b>Спорттық жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу.</p> <p>Шанамен сырғанау. Бір-бірін шанамен сырғанату, төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанау;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жакқа созу; қолды жоғары көтеру және екі жакқа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Ақкала» ойынын ойнау.</p> |  |  |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 04-05 қаңтар 2025 жыл

| Дүйсенбі | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | <p><b>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Құрсаудан құрсауға өтуге үйрету; модульге немесе гимнастикалық скамейкаға көтерілуге және одан түсуге үйрету. Еденнен 12–18 см жоғары көтерілген арқаннан немесе таяқтан аттап жүру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.</p> <p><b>Ойын:</b> Эстафеталық ойындар</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> | <p><b>Домалату, лактыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лактыру; допты алға, жоғары лактыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лактыру.</p> <p><b>Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.</b></p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Теңге алу» Ұлттық ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 06-10 қаңтар 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Жүру және теңе-теңдік сақтиу жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Еденнен бір шеті 15–20 см жоғары қойылған тақтайдың үстімен (ені 20 сантиметр, ұзындығы 1,5–2 метр), текшелердің, кегльдердің, құрсаулардың, таяқтардың арасымен топпен жүру;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етіретінен бұрылып жату.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам?» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> | <p><b>Домалату, лақтыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру.</p> <p><b>Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.</b></p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, нықтарды түзеп, екі жакқа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Допты какпа арқылы домалатуды қайталау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Түрлі-түсті» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> | <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бөренеден (диаметрі 15-20 см) аттап өту, 35–40 см жоғары қойылған арқанның астынан еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту (диаметрі 45 см).</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар. Екі қолды белге қойып, екі жакқа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қаншықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Допты какпа арқылы домалату.</p> <p>2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» Ұлттық ойыны.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> |



**Тәрбиелеу – білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 13-17 қаңтар 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Домалату, лактыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лактыру; допты алға, жоғары лактыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лактыру.</p> <p>Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.<br/>Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу.<br/>Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Аю мен қояндар» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Құрсаудан құрсауға өтуге үйрету; модульге немесе гимнастикалық скамейкаға көтерілуге және одан түсуге үйрету. Еденнен 12–18 см жоғары көтерілген арқаннан немесе таяқтан аттап жүру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар.<br/>Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойымен, аяқтың ұшымен жүгіру.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> Эстафеталық ойындар</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> | <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге және т. б.): тұру.</p> <p>Қимылды ойындар.</p> <p>Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> |

|                                                                          |  |                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Қорытынды:</b> «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> |  | <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Арқан тартыс» Ұлттық ойынын ойнау.</p> |
|--------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы  
**Топ** «Самұрық» ересек тобы  
**Балалардың жасы** 4-5 жас  
**Жоспардың құрылу кезеңі** 20-24 қаңтар 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Жүру, Тепе-теңдік сақтау жаттығулары, Жүгіру.</b><br/> <b>Мақсаты:</b> Қол мен аяқ қимылдарын үйлестіру. Қолдарын жоғары көтеру, түсу; заттардан (биіктігі 10-15см): құрсаудан құрсауға аттап өту; тақтайдың үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орында баяу айналу. 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.<br/>         Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеу, екі жаққа бұрылу.<br/>         Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау.<br/> <b>Ойын:</b> «Кел допты лақтырайық» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> | <p><b>Еңбектеу, өрмелеу, Секіру, Лақтыру, домалату, қағып алу, Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, орынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру, 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру, Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою.</p> <p><b>Ойын:</b> Эстафеталық ойындар</p> | <p><b>Спорттық жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Шанамен сырғанау: шанаға отырып, тобешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету.</p> <p>Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар.<br/>         Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Тенге алу» Ұлттық ойынын ойнау.</p> |



**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 27-31 қаңтар 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Лақтыру, домалату, қағып алу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет);</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.<br/>Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу.<br/>Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау.</p> | <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.</b><br/>Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар.<br/>Тізерлеп тұрып, алға еңксею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүту және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> | <p><b>Салауатты өмір салтын қалыптастыру.</b><br/><b>Мақсаты:</b> Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүту, алға созу, қайтадан бүту және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Допты қақпа арқылы домалату.<br/>2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 03-07 ақпан 2025 ж

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Орында жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бастапқы калыпта тұрып, сол (оң) аяқтың тізесін (заттан ұстап) бүгу. Таяныштан ұстап отыру, аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың өкшесін алға қою. Аяқтың бакайларын кимылдату (отырып).</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бүгу). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Спорттық жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету;.</p> <p>Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бүгу және тік көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Аққала» ойыны.</p> | <p><b>Домалату, лақтыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру.</p> <p>Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Аю мен қояндар» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 10-14 ақпан 2025 ж

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Лақтыру, домалату, қағып алу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет);</p> <p><b>Ойын:</b> «Тордан допты өткізу» ойыны.</p> | <p><b>Орнында жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бастапқы қалыпта тұрып, сол (оң) аяқтың тізесін (заттан ұстап) бүгу. Таяныштан ұстап отыру, аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың өкшесін алға қою. Аяқтың бақайларын қимылдату (отырып).</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру</p> <p><b>Ойын:</b> «Тенге алу» қазақтың ұлттық ойыны.</p> | <p><b>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Берілген белгіге көңіл аударуға дағдыландыру. Табан, тізе бұлшықеттерін нығайту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Сақина лақтыру» ойыны.</p> |



**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 17-21 ақпан 2025 ж

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Кездеге арналған жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Кеудеге арналған жаттығулар</p> <p>Екіколды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір калыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған калыпта екі аяқ бірге (алшак), алға еңкейіп, колдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жакқа созу, колды жоғары көтеру және екі жакқа созу, колды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға жоғары көтеру (колды сыртқы жағымен ішіне қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Өз жұбыңды тап» ойыны.</p> | <p><b>Аякка арналған жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі колды белге қойып, екі жакқа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық кабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық кабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бүгу және тік көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Белбеу тартыс»» қазақтың ұлттық ойыны</p> | <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аякка арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); колды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Ойын: «Кім жылдам?» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 24-28 ақпан 2025 ж

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Мақсаты:</b> Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балалардың назарын ағзасы мен денсаулығының ерекшеліктеріне аудару. Салауатты өмір салтының маңызды компоненттері: дұрыс тамақтану, қимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту. Адамның денсаулығы дұрыс тамақтануға байланысты екені туралы түсініктерді жетілдіру. Адамның денсаулығына гигиена мен күн тәртібінің ықпалы туралы түсініктерді кеңейту. Науқасқа күтім жасау дағдыларын қалыптастыру: оған қамқорлық жасау, шуламау, оның өтініштері мен тапсырмаларын орындау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Паравоз» ойыны</p> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тактайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Лақтырып қағып ал, қағып алып лақтыр» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 03-07 наурыз 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Кеудеге арналған жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Кеудеге арналған жаттығулар</p> <p>Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір калыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған калыпта екі аяқ бірге (алшак), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам?» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Аяққа арналған жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсыллату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тактайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бүгу және тік көтеру</p> <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» қазақтың ұлттық ойынын ойнау.</p> | <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Аю мен қояндар» ойынын ойнау.</p> |



**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 10-14 наурыз 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Лақтыру, домалату, қағып алу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет);</p> <p><b>Ойын:</b> «Тордан допты өткізу» ойыны.</p> | <p><b>Домалату, лақтыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру.</p> <p>Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Сәусақтарды айхастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Күш сынасу» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Спорттық ойындар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру.</p> <p>Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру.</p> <p>Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу.</p> <p>Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Паравоз» ойыны.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 17-20 наурыз 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Кеудеге арналған жаттығулар.Мақсаты:</b><br/>Кеудеге арналған жаттығулар</p> <p>Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшак), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тактайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» қазақтың ұлттық ойынын ойнау.</p> | <p><b>Аяққа арналған жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бұғу, алға созу, қайтадан бұғу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам?» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұғу). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Аю мен қояндар» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 26-28 наурыз 2025 жыл

|  | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>Кеудеге арналған жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған калыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы калыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан калыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Қыз қуу» ойынын ойнау. Мақсаты: Балалар арасында 3-4 ер бала, 1 қыз бала атқа мініп шығады, бірінші болып қыз бала атқа мініп қашады артынан ер балдар қуып кім бірінші болып ұстап алса сол мойындағы орамалды алады.</p> | <p><b>Аяққа арналған жаттығулар. Мақсаты:</b> Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арканның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тенге алу» ойынын ойнау. Мақсаты: Бозбалалар мен жігіттердің атпен ойнайтын ойыны. Ойынға қатысушылар тепе-тең екі топқа бөлінеді. Ойын кезегі басталатын жерге сызық сызылады, Одан әрі 15-20 метрдей жерде екі шұңғыр сызылады, шұңғырға он-онна тас салынады. Екі топтан сайыскер шығады да, сызыққа келіп қатарласып тұрады, белгі бойынша шаба жөнеледі, шұңғырдағы тасты іліп алып әрі өтіп кетеді.</p> |



### Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 31 наурыз 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p><b>Лақтыру, домалату, қағып алу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен кедденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет);</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.</p> <p>Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу.</p> <p>Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Кім шапшаң» ойынын ойнау.</p> |  |  |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02-04 сәуір 2025 жыл

|  | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>Жүгіру, Еңбектеу, өрмелеу, Секіру, Лактыру, домалату, қағып.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бір сызыққа қойылған заттардың арасымен, кедергілердің арасымен өту арқылы "жыланыша" жүгіру, бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сызықтан секіру, тұрған орнында айналып секіру, допты лактыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу (арақашықтығы 4–5 метр).</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру</p> <p><b>Ойын:</b> «Тордан допты өткізу» ойыны.</p> | <p><b>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру)</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам?» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 07-11 сәуір 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жаңына және бір-бірінің артынан сапқа тұру, орнында айналу, оңға, солға бұрылу, сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тактайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Эстафеталық» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Музыкалық-ырғақтық қимылдар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындау. Қимылдардың ырғағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Түзу бағытта адымдап жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр).</p> <p>Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тенге алу» қазақтың ұлттық ойыны.</p> | <p><b>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру)</p> <p><b>Ойын:</b> «Лақтырып қағып ал, қағып алып лақтыр» ойынын ойнау.</p> |



**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 14-18 сәуір 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Жүгіру, Енбектеу, өрмелеу, Секіру, Лактыру, домалату, қағып.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бір сызыққа қойылған заттардың арасымен, кедергілердің арасымен өту арқылы "жыланша" жүгіру, бірнеше заттардан енбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне енбектеп өту, оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сызықтан секіру, тұрған орнында айналып секіру, допты лактыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу (арықашықтығы 4-5 метр).</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру</p> <p><b>Ойын:</b> «Белбеу тартыс» қазақтың ұлттық ойынын ойнау</p> | <p><b>Спорттық ойындар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу.</p> <p>Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыптай отырып лактыру.</p> <p>Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу.</p> <p>Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тишқан мен мысық» ойыны.</p> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Су температурасын біртіндеп төмендете отырып, қарапайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы температурадағы сумен шайыну, танергенгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және өкшелерді нығайту.</p> <p><b>ЖДЖ</b> Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру)</p> <p><b>Ойын:</b> «Өз жұбыңды тап» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 21-25 сәуір 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Мақсаты:</b> Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балалардың назарын ағзасы мен денсаулығының ерекшеліктеріне аудару. Салауатты өмір салтының маңызды компоненттері: дұрыс тамақтану, қимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту. Адамның денсаулығы дұрыс тамақтануға байланысты екені туралы түсініктерді жетілдіру. Адамның денсаулығына гигиена мен күн тәртібінің ықпалы туралы түсініктерді кеңейту. Науқасқа күтім жасау дағдыларын қалыптастыру: оған қамқорлық жасау, шуламау, оның өтініштері мен тапсырмаларын орындау. <b>Ойын:</b> «Тышқан мен мысық» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру. <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. <b>Ойын:</b> «Асық ату» қазақтың ұлттық ойынын ойнау.</li> </ol> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 28-30 сәуір 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p><b>Спорттық жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Велосипед тебу. Екі және үш дөңгелекті велосипед тебу. Оңға, солға бұрылу.</p> <p>Жүзу. Суға түсу, суда ойнау; суда отырып, аяқтарын жоғары және төмен көтеріп қимылдар орындау; иекке дейін суда отыру, судан шығу; бетін суға малу; еркін әдіспен жүзуге талпыну. <b>ЖДЖ:</b> Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму. <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүрту, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған калпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою. <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тақия тастамақ» ойынын ойнау.</p> |  |



**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02 мамыр 2025 жыл

|  |  | <b>Жұма</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p><b>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру)</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам?» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

**Топ:** «Самұрық» ересек тобы

**Балалардың жасы** 4-5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 05-09 мамыр 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Сапка тұру, сап түзеу, сапка қайта тұру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> сапка бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка тұру, орнында айналу, оңға, солға бұрылу, сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға карап тұрып, белінің тұсындағы тактайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Эстафеталық» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Музыкалық-ырғақтық қимылдар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындау. Қимылдардың ырғағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Түзу бағытта алдымен жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр).</p> <p>Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен жүгіру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Теңге алу» қазақтың ұлттық ойыны.</p> | <p><b>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру)</p> <p><b>Ойын:</b> «Лақтырып қағып ал, қағып алып лақтыр» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 12-16 мамыр 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Жүгіру, Еңбектеу, өрмелеу, Секіру, Лактыру, домалату, қағып.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бір сызыққа қойылған заттардың арасымен, кедергілердің арасымен өту арқылы "жыланша" жүгіру, бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сызықтан секіру, тұрған орнында айналып секіру, допты лактыру және алға қарай жылжып, екі қолмен қағып алу (арақашықтығы 4-5 метр).</p> <p><b>Ойын:</b> «Белбеу тартыс» казактын ұлттық ойынын ойнау.</p> | <p><b>Спорттық ойындар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу.</p> <p>Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лактыру.</p> <p>Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу.</p> <p>Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тышқан мен мысық» ойыны.</p> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Су температурасын біртіндеп төмендеті отырып, қарапайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы температурадағы сумен шайыну, танертенгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және өкшелерді нығайту.</p> <p><b>ЖДЖ</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру)</p> <p><b>Ойын:</b> «Өз жұбыңды тап» ойынын ойнау.</p> |



**Тәрбиелеу – білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы**

**Топ: «Самұрық» ересек тобы**

**Балалардың жасы 4-5 жас**

**Жоспардың құрылу кезеңі 19-23 мамыр 2025 жыл**

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балалардың назарын ағзасы мен денсаулығының ерекшеліктеріне аудару. Салауатты өмір салтының маңызды компоненттері: дұрыс тамақтану, қимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту. Адамның денсаулығы дұрыс тамақтануға байланысты екені туралы түсініктерді жетілдіру. Адамның денсаулығына гигиена мен күн тәртібінің ықпалы туралы түсініктерді кеңейту. Науқасқа күтім жасау дағдыларын қалыптастыру: оған қамқорлық жасау, шуламау, оның өтініштері мен тапсырмаларын орындау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тышқан мен мысық» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» қазақтың ұлттық ойынын ойнау.</p> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам» ойынын ойнау.</p> |

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы «Мир» мектепке дейінгі балаларды дамыту орталығы

Топ: «Самұрық» ересек тобы

Балалардың жасы 4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 26-30 мамыр 2025 жыл

| Дүйсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Сәрсенбі                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Жұма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Спорттық жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Велосипед тебу. Екі және үш дөңгелекті велосипед тебу. Оңға, солға бұрылу.</p> <p>Жүзу. Суға түсу, суда ойнау; суда отырып, аяқтарын жоғары және төмен көтеріп қимылдар орындау; иекке дейін суда отыру, судан шығу; бетін суға малу; еркін әдіспен жүзуге талпыну.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.</p> <p><b>Ойын:</b> «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүртінуге, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған калпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p><b>Ойын:</b> «Тақия тастамақ» ойынын ойнау.</p> | <p><b>Жүгіру, Еңбектеу, өрмелеу, Секіру, Лақтыру, домалату, қағып.</b> <b>Мақсаты:</b> Бір сызыққа қойылған заттардың арасымен, кедергілердің арасымен өту арқылы "жыланша" жүгіру, бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сызықтан секіру, тұрған орнында айналып секіру, допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу (арақашықтығы 4–5 метр).</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұту және тік көтеру</p> <p><b>Ойын:</b> «Тордан допты өткізу» ойыны.</p> |